

Pembekalan Duta Kesehatan UKS di SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta untuk Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Remaja

Sitti Nur Djannah*¹, Trinur Afika Mandar², Aswin Fauziah³, Ika Martiningsih⁴, Ida Rubaida⁵, Yuniati⁶, Nuri Hastuti⁷

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

⁷ SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta, Indonesia

*e-mail: 2308053030@webmail.uad.ac.id², 2308053038@webmail.uad.ac.id³,
2308053040@webmail.uad.ac.id⁴, 2308053044@webmail.uad.ac.id⁵, 2308053048@webmail.uad.ac.id⁶

Artikel dikirim: 05 Juni 2025; Revisi-1: 09 Juni 2025; Revisi-2: 20 Juni 2025; Diterima: 21 Juni 2025;
Dipublikasikan : 27 Juni 2025

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia rentan terhadap berbagai masalah kesehatan fisik dan mental. Oleh karena itu, peningkatan pemahaman dan peran remaja dalam menjaga kesehatan sangat penting. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta sebagai calon Duta UKS. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dengan materi terkait UKS, komunikasi kesehatan, TRIAD KRR, GEMA CERMAT, dan praktik kesehatan dasar. Kegiatan dilaksanakan oleh Mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan melalui Tim Program Pemberdayaan Masyarakat (Prodamat). Sebanyak 109 siswa kelas X dari jurusan Keperawatan dan Farmasi terlibat dalam kegiatan ini. Hasil Pretest dan Post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa pada seluruh materi, dengan peningkatan tertinggi sebesar 20,81% pada topik komunikasi kesehatan. Uji Wilcoxon menunjukkan $p < 0,001$, yang menandakan adanya pengaruh signifikan dari kegiatan ini terhadap peningkatan pengetahuan siswa.

Kata Kunci: Duta UKS, Kesehatan Remaja, Penyuluhan

Abstract

Adolescents are an age group that is vulnerable to various physical and mental health problems. Therefore, increasing the understanding and role of adolescents in maintaining health is very important. This community service activity aims to increase the knowledge of students of SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta as prospective UKS Ambassadors. The method used is counseling with materials related to UKS, health communication, TRIAD KRR, GEMA CERMAT, and basic health practices. The activity was carried out by Public Health Masters Students of Ahmad Dahlan University through the Community Empowerment Program Team (Prodamat). A total of 109 grade X students from the Nursing and Pharmacy departments were involved in this activity. The results of the Pretest and Post-test showed an increase in student knowledge on all materials, with the highest increase of 20.81% on the topic of health communication. The Wilcoxon test showed $p < 0.001$, which indicated a significant influence of this activity on increasing student knowledge.

Keywords: Adolescent Health, Counseling, UKS Ambassador

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kebutuhan mendasar yang sangat penting bagi setiap individu, termasuk remaja. Remaja berada dalam fase transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana terjadi perubahan signifikan secara fisik, mental, dan emosional. Masa ini memerlukan perhatian khusus agar para remaja dapat tumbuh dan berkembang secara optimal menjadi individu yang sehat dan berkarakter baik (Yasin *et al.*, 2022).

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja menghadapi berbagai tantangan kesehatan seperti obesitas, gangguan makan, serta masalah kesehatan mental (Rozali, Sitasari and Lenggogeni, 2021). Oleh karena itu, peningkatan kesadaran terhadap pentingnya gaya hidup sehat menjadi hal yang mendesak untuk diperhatikan. Sehingga Upaya preventif dan edukatif perlu dilakukan agar remaja memiliki pemahaman serta kebiasaan hidup sehat sejak dini.

Remaja juga memiliki peran strategis sebagai agen perubahan dalam masyarakat. Mereka dapat menjadi pelopor dalam menyebarkan informasi dan edukasi tentang pentingnya pola hidup sehat, seperti menjaga kebersihan pribadi, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menjauhi perilaku yang berisiko seperti merokok dan penyalahgunaan zat adiktif (Melani *et al.*, 2024). Peran ini memberikan dampak besar terhadap peningkatan kesadaran kolektif di lingkungan sekolah dan sekitarnya.

Salah satu program strategis yang mendukung peningkatan kesehatan di lingkungan pendidikan adalah Unit Kesehatan Sekolah (UKS). UKS bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan mendukung perkembangan fisik serta mental siswa (Ramdan *et al.*, 2025). Program ini mencakup berbagai kegiatan seperti pemeriksaan kesehatan berkala, penyuluhan gizi, pelatihan pertolongan pertama, serta pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat.

Pelaksanaan program UKS, peran remaja sebagai duta kesehatan memegang peranan penting. Mereka berperan sebagai fasilitator dalam kegiatan promosi kesehatan dan edukasi di sekolah. Melalui pelatihan khusus, para duta kesehatan dibekali kemampuan untuk menyampaikan informasi kesehatan secara efektif, serta mengorganisir berbagai kegiatan kampanye kesehatan seperti seminar, diskusi, maupun kegiatan fisik bersama (Ramdan *et al.*, 2025). Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran siswa, tetapi juga membentuk karakter kepemimpinan dan rasa tanggung jawab sosial di kalangan remaja.

Berdasarkan hasil identifikasi mitra, Sebagian siswa SMK Kesehatan Binatama belum memahami sepenuhnya materi penyuluhan kesehatan dan teknik penyampaian materi yang tepat saat penyuluhan. Hasil wawancara awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mampu menyampaikan informasi kesehatan secara sistematis kepada teman sebaya. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk membekali siswa SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta sebagai Duta UKS yang mampu melaksanakan penyuluhan kesehatan secara efektif.

Sebagai bentuk dukungan terhadap penguatan peran remaja dalam program kesehatan sekolah, dilaksanakan kegiatan pembekalan Duta UKS di SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta. Kegiatan ini merupakan hasil kolaborasi antara Mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan melalui Program Pemberdayaan Umat (Prodamat) dengan pihak sekolah. Seluruh rangkaian kegiatan dipandu oleh tim narasumber dari Prodamat, yang terdiri atas mahasiswa Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.

Pengabdian ini bertujuan untuk membekali pemahaman siswa SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta sebagai calon duta UKS. SMK Kesehatan Binatama memiliki program pendampingan UKS di SMP dan MTS di Yogyakarta, yang bertujuan untuk menyebarkan informasi dan membangun kesadaran mengenai pentingnya kesehatan di kalangan siswa. Sehingga penyuluhan ini penting untuk mempersiapkan siswa agar mampu menyebarkan informasi di kalangan pelajar.

2. METODE

Kegiatan Pembekalan Duta Kesehatan Sekolah SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta dilaksanakan pada tanggal 6 Januari 2025. Menggunakan metode penyuluhan, Peserta kegiatan berjumlah 109 siswa kelas X yang terdiri dari dua jurusan, yaitu Farmasi dan Keperawatan. Lokasi kegiatan beralamat di Jalan Monumen Yogya Kembali No. 134, Sinduadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta. Kegiatan ini difasilitasi oleh lima orang narasumber dari tim Prodamat Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.

Program pemberdayaan umat ini memiliki beberapa tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

2.1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan tahapan yang krusial dalam menentukan kelancaran dan keberhasilan kegiatan pembekalan Duta Kesehatan Di SKM Binatama, persiapan dilakukan menyeluruh dan terstruktur, melibatkan koordinasi berbagai pihak, perencanaan materi yang tepat dan penyusunan instrumen evaluasi yang tepat. Adapun tahapan persiapan meliputi:

2.1.1. Koordinasi Awal

Tim Prodamat melakukan koordinasi awal dengan pihak SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta untuk menyepakati teknis pelaksanaan kegiatan. Koordinasi dilakukan secara daring melalui Google Meet yang membahas berbagai aspek teknis, meliputi, kesiapan tempat dan peserta, ketersediaan sarana dan prasarana, waktu pelaksanaan kegiatan. alat bantu dan media presentasi. Dalam koordinasi awal berbagai aspek teknis dan substansi kegiatan di bahas dan di persiapan secara rinci. Koordinasi awal juga membahas alur pelaksanaan kegiatan mulai pre test, penyampaian materi, hingga *Post-test*.

2.1.2. Perencanaan Materi dan Tim Pemateri

Tim mempersiapkan materi pembekalan Duta Kesehatan yang mencakup topik-topik penting terkait kesehatan remaja, disusun secara sistematis dan disesuaikan dengan kebutuhan serta karakteristik peserta. Materi ini dirancang untuk memperkuat peran remaja sebagai agen perubahan di lingkungan sekitarnya. Tim pemateri terdiri dari lima narasumber yang merupakan mahasiswa Magister Universitas Ahmad Dahlan (UAD), yang secara aktif terlibat dalam penyampaian materi dan fasilitasi kegiatan, dengan pendekatan partisipatif dan komunikatif guna meningkatkan pemahaman serta keterlibatan peserta dalam setiap sesi pembekalan

2.1.3. Persiapan Instrumen Evaluasi (*Pretest* dan *Post-test*)

Untuk mengukur efektivitas kegiatan, disiapkan instrumen *Pretest* dan *Post-test* yang berisi soal-soal berkaitan dengan pemahaman siswa terhadap materi yang akan disampaikan. Instrumen *Pretest* dan post test terdiri dari 31 soal pilihan ganda yang mengukur pengetahuan siswa pada lima tema pembekalan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon karena data berdistribusi tidak normal.

2.2. Tahap Pelaksanaan

2.2.1. *Pretest*

Pelaksanaan kegiatan pembekalan diawali dengan *Pretest* yang diberikan kepada seluruh peserta. Tujuan dari *Pretest* ini adalah untuk mengukur tingkat pemahaman awal siswa terkait materi yang akan disampaikan selama pembekalan. *Pretest* di ikuti oleh seluruh siswa dengan tim prodamat sebagai fasilitator dan dalam pengawasan guru kelas.

2.2.2. Penyampaian Materi Penyuluhan

Tahap selanjutnya adalah proses penyampaian materi yang dilakukan secara paralel di empat ruang kelas, yakni dua kelas jurusan Keperawatan dan dua kelas jurusan Farmasi. Setiap kelas memperoleh pembekalan dari lima narasumber yang berbeda, dengan durasi 60 menit untuk setiap sesi. Setelah satu sesi selesai, pemateri berpindah ke kelas berikutnya, sehingga seluruh siswa dari keempat kelas mendapatkan keseluruhan materi yang telah disiapkan secara merata.

Penyampaian materi dilakukan dengan beberapa metode diantaranya adalah penyampaian materi dengan media PPT, kemudian terdapat tanya jawab dan games interaktif untuk merangsang peran aktif dan memberikan pemahaman kepada peserta. Selain itu juga di berikan waktu kepada peserta untuk melakukan praktek bagaimana menjadi fasilitator/ konselor bagi teman sebaya dalam memberikan materi tentang UKS.

Adapun pembagian materi dan pemateri dalam kegiatan pembekalan ditampilkan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Pembagian Materi

No	Materi	Pemateri	Waktu Pelaksanaan
1	Pengertian kebijakan, tugas dan fungsi Upaya Kesehatan Sekolah	Narasumber 1	60 menit
2	Komunikasi, cara penyuluhan kesehatan yang	Narasumber 2	60 menit

	baik dan membuat SAP		
3	Tiga Ancaman Dasar (TRIAD), Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR), kesehatan gigi, mulut, mata, telinga dan praktik mencuci tangan	Narasumber 3, 4	60 menit
4	GEMA-CERMAT dapatkan, gunakan, simpan, buang DAGUSIBU, 5 0, KLIK, Swamedikasi.	Narasumber 5	60 menit

2.3. Tahap Evaluasi

2.3.1. Post-test

Setelah seluruh sesi pembekalan selesai, peserta diminta untuk mengikuti *Post-test* sebagai evaluasi akhir guna mengukur sejauh mana peningkatan pemahaman setelah kegiatan pembekalan berlangsung. Hasil perbandingan antara *Pretest* dan *Post-test* menunjukkan peningkatan skor pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan.

2.3.2. Analisis Hasil

Hasil *Pretest* dan *Post-test* dianalisis untuk mengukur sejauh mana terjadi perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan edukasi. Analisis ini memberikan gambaran tentang efektivitas materi yang disampaikan terhadap informasi yang diberikan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pembekalan Duta Kesehatan Sekolah SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta telah dilaksanakan dalam bentuk pemberian penyuluhan langsung dengan sesi diskusi berjalan secara interaktif bagi siswa-siswi kelas X. Hasil kegiatan dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	7	6,4
Perempuan	102	93,6
Total	109	100,0

Berdasarkan Tabel 2. Karakteristik reponden berdasarkan jenis kelamin pada remaja sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 102 orang (93,6%), sedangkan responden laki-laki berjumlah 7 orang (6,4%).

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Responden tentang Edukasi Pembekalan Duta UKS Tahun 2025

	N	Mean	p-Value
<i>Pretest</i>	109	22,77	<0,001
<i>Post-test</i>	109	27,22	

Berdasarkan tabel 3. Hasil analisis menunjukkan bahwa rerata tingkat pengetahuan siswa tentang Duta UKS, sebelum diberikan edukasi yaitu 22,7 dan 27,22 setelah diberikan edukasi. Secara deskriptif diketahui terdapat peningkatan nilai pengetahuan siswa. Berdasarkan analisis yang dilakukan didapatkan data tidak berdistribusi normal sehingga dilakukan uji wilcoxon, hasilnya diketahui dengan nilai *p-value* <0,001 sehingga disimpulkan terdapat pengaruh penyuluhan tentang Duta UKS dalam peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 4. Rerata Nilai *Pretest* dan *Post-test* Responden tentang Edukasi Pembekalan Duta UKS Tahun 2025

Kategori Pertanyaan	Rerata	Rerata	Persentase
---------------------	--------	--------	------------

	Nilai <i>Pretest</i>	Nilai <i>Post-test</i>	Kenaikan Nilai
Pengertian, Kebijakan, Tugas dan Fungsi UKS	4.51	5.21	15,52
Komunikasi, cara Penyuluhan Kesehatan yang Baik, dan membuat SAP	6.10	7.37	20,81
TRIAD-KRR, Kesehatan Gigi, Mulut, Telinga, Mata, dan Praktik Mencuci Tangan	6.65	7.43	11,72
Gema Cermat Generasi Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat	5.51	6.41	16,33

Berdasarkan Tabel 4, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan siswa setelah penyuluhan pembekalan Duta UKS. Materi tentang komunikasi, teknik penyuluhan kesehatan, dan penyusunan SAP menunjukkan peningkatan tertinggi, dengan nilai rata-rata *Pretest* 6,10 dan *Post-test* 7,37 (kenaikan 20,81%). Peningkatan ini menunjukkan efektivitas materi dalam membekali siswa dengan keterampilan komunikasi dan perencanaan penyuluhan, yang relevan dan membantu siswa yang nantinya akan memberikan materi di tingkat SLTP yang ada di Yogyakarta pada program Duta UKS.

Sejalan dengan hasil tersebut, perkembangan teknologi informasi yang pesat telah memengaruhi pola komunikasi remaja, namun di sisi lain juga berdampak pada menurunnya keterampilan komunikasi dan sosial mereka dalam kehidupan bermasyarakat. Rendahnya partisipasi remaja dalam lingkungan sosial menunjukkan pentingnya penguatan keterampilan hidup melalui pelatihan yang terstruktur (Isni, 2021)

Salah satu contoh pelatihan yang berhasil meningkatkan keterampilan remaja dapat dilihat dari kegiatan pemberdayaan di Kelurahan Warungboto, Yogyakarta, kegiatan tersebut menggunakan pendekatan edukasi, pelatihan, dan simulasi, yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta keterampilan komunikasi dan sosial remaja. Hasil pre-post test menunjukkan adanya peningkatan signifikan, sementara antusiasme peserta yang tinggi mencerminkan bahwa pelatihan semacam ini sangat dibutuhkan (Isni, 2021). Temuan ini memperkuat hasil penelitian kami, yang menunjukkan bahwa kader UKS sebagai pendidik sebaya mampu membangun keterampilan interpersonal remaja melalui pendekatan edukatif yang komunikatif dan partisipatif, serta menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan sosial dan emosional secara optimal.

Lebih lanjut, metode pelatihan komunikasi terbukti mampu meningkatkan kejelasan ekspresi, kemampuan menyampaikan pendapat, serta keterampilan memberi dan menerima umpan balik. Keterampilan ini menjadi dasar bagi pengembangan soft skills lainnya seperti kerja sama tim, negosiasi, pengenalan diri, dan pemecahan masalah (Torres, Sampaio and Caracas, 2023). Oleh karena itu, pelatihan komunikasi tidak hanya penting untuk menunjang interaksi sosial, tetapi juga menjadi fondasi penting dalam membentuk karakter dan kemampuan kepemimpinan remaja

Tak hanya itu, rendahnya kemampuan sosial dan komunikasi interpersonal remaja juga dapat meningkatkan risiko mereka terhadap kekerasan, termasuk bullying. Dalam hal ini, pelatihan komunikasi berbasis *Social Skill Training* (SST) dalam layanan konseling kelompok terbukti efektif. Seperti yang ditunjukkan pada siswa MTs Negeri 3 Bantul, pelatihan ini berhasil meningkatkan rasa percaya diri, keberanian menyampaikan pendapat, serta perilaku asertif dan penerimaan diri (Rafida and Astuti, 2024). Yang semuanya merupakan indikator penting dalam keterampilan interpersonal yang sehat.

Akhirnya, penelitian ini juga konsisten dengan temuan dari pelatihan komunikasi yang melibatkan siswa SMA dan mahasiswa, yang memperlihatkan adanya peningkatan signifikan dalam kepercayaan diri berbicara di depan umum. Peserta yang sebelumnya mengalami kecemasan, grogi, dan kurang percaya diri, menjadi lebih aktif saat sesi praktik dan diskusi berlangsung. Tingginya partisipasi dalam sesi tanya jawab menunjukkan bahwa pelatihan komunikasi tidak hanya meningkatkan kemampuan berbicara, tetapi juga memfasilitasi keberanian, inisiatif, dan interaksi sosial yang lebih baik di lingkungan akademik maupun kehidupan sehari-hari (Novi *et al.*, 2025).



Gambar 1. Penyampaian Materi Komunikasi, Cara Penyuluhan Kesehatan dan Membuat SAP

Penyampaian materi tentang Gema Cermat yaitu Generasi Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat, memiliki rerata nilai *Pretest* 5,51 dan 6,41 pada *posttest* dengan persentase kenaikan nilai sebesar 16,33% menunjukkan adanya perkembangan yang signifikan dalam pemahaman siswa. Melalui pembekalan ini, siswa lebih memahami bagaimana cara yang benar dalam menggunakan obat, mulai dari cara pemakaian, penyimpanan hingga cara membaca label obat dengan benar.

Peningkatan ini sangat relevan mengingat rendahnya tingkat pemahaman masyarakat, khususnya pelajar, mengenai penggunaan obat yang rasional. Menanggapi permasalahan tersebut, pemerintah mencanangkan program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat) sebagai bentuk intervensi edukatif untuk meningkatkan literasi obat (Suryani *et al.*, 2020). Gerakan ini secara resmi diluncurkan oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia melalui Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.02.02/Menkes/427/2015, yang menekankan pentingnya peran aktif masyarakat dalam memahami, memilih, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan cara yang tepat. GeMa CerMat merupakan upaya kolaboratif antara pemerintah dan masyarakat yang bertujuan membentuk kepedulian, kesadaran, serta keterampilan penggunaan obat yang bijak dan rasional (Menkes RI, 2015).

Edukasi mengenai Gema Cermat terbukti efektif, sebagaimana juga ditunjukkan dalam penelitian Muliasari *et al.* (2021), yang mengungkapkan bahwa pemberian edukasi ini mampu meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Lebah Sempaga mengenai penggunaan obat. Masyarakat bahkan mampu menjelaskan informasi penting pada kemasan obat, yang menunjukkan keberhasilan transfer pengetahuan melalui pendekatan edukatif (Muliasari *et al.*, 2021).

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Hidayati *et al.* (2025), yang menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat serta pengenalan logo obat berhasil meningkatkan pemahaman siswa. Pemahaman tersebut berkontribusi dalam membentuk kemandirian siswa untuk menjaga kesehatan dan menggunakan obat secara tepat, sebagai bagian dari upaya mencetak generasi muda yang sehat dan berpengetahuan (Hidayati *et al.*, 2025).

Dengan demikian, edukasi Gema Cermat tidak hanya meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya penggunaan obat yang benar, tetapi juga memberikan landasan penting bagi mereka untuk menjadi individu yang bijak dalam mengelola kesehatan, serta turut berperan dalam mendukung program nasional peningkatan literasi kesehatan masyarakat.



Gambar 2. Penyampaian Materi Gema Cermat Dugusibu, 5 O, Swamedikasi

Materi mengenai UKS turut disampaikan dalam sesi pembekalan, mengingat peran siswa SMK Binatama sebagai calon Duta UKS. Rerata nilai *Pretest* sebesar 4,51 meningkat menjadi 5,21 pada *Post-test*, dengan persentase kenaikan sebesar 15,52%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pembekalan berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang pengertian, kebijakan, tugas, dan fungsi UKS. Dengan pemahaman yang lebih baik, siswa diharapkan mampu menjalankan perannya secara efektif sebagai agen perubahan di lingkungan sekolah.

Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Rahayu dan Rohmah (2023) yang menyebutkan bahwa pelatihan kader UKS terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas promosi kesehatan di sekolah. Melalui pelatihan dan pembinaan, kader UKS memperoleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan yang memberdayakan mereka untuk mendukung berbagai inisiatif kesehatan secara aktif. Pemahaman ini menjadi dasar penting agar siswa dapat berperan sebagai penggerak perubahan dalam mempromosikan perilaku sehat serta meningkatkan kualitas kesehatan dan perkembangan rekan-rekan sebaya mereka (Rahayu and Rohmah, 2023)

Hal serupa juga terlihat dalam pelatihan kader UKS di SMP Nahdatul Ulama, Kota Banjarmasin, di mana kegiatan tersebut mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan siswa dalam melaksanakan tugasnya sebagai kader (Unja *et al.*, 2024). Selain itu, revitalisasi manajemen UKS di SMPN 7 Semarang turut memberikan dampak positif, tidak hanya pada peningkatan pengetahuan siswa, tetapi juga pada mutu pelayanan kesehatan dan terciptanya lingkungan sekolah yang lebih ramah remaja (Ernawati *et al.*, 2023).

Lebih jauh, pendekatan edukatif yang melibatkan kader UKS sebagai pendidik sebaya juga terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan sikap remaja terhadap isu-isu penting seperti pubertas, gizi, dan kesehatan mental. Hal ini tercermin dari keberhasilan program di SMP Negeri 57 Surabaya, di mana kader UKS berperan aktif dalam penyuluhan kesehatan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif. Peningkatan pemahaman peserta terhadap perubahan fisik, pentingnya nutrisi, dan dukungan teman sebaya terhadap kesehatan mental menjadi bukti nyata keberhasilan peran kader sebagai fasilitator utama. Keberhasilan tersebut sekaligus memperkuat pendekatan berbasis sekolah dalam promosi kesehatan, dan berkontribusi pada pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) ke-3, yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendukung kesejahteraan bagi semua usia (Wittiarika *et al.*, 2025).

Sebagai pelengkap, kegiatan pengabdian masyarakat lainnya turut menekankan pentingnya optimalisasi UKS sebagai pusat edukasi kesehatan. Meskipun UKS memiliki posisi strategis, pemanfaatannya sering kali belum maksimal. Kegiatan edukasi yang menggunakan metode variatif seperti ceramah, diskusi kelompok, simulasi peran, hingga proyek siswa terbukti mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan. Dalam konteks ini, kader UKS berperan sebagai pendidik sebaya yang menyampaikan informasi kesehatan secara komunikatif dan menarik. Dukungan aktif dari sekolah dan orang tua semakin memperkuat keberlanjutan program, menjadikan UKS bukan hanya unit layanan kesehatan, tetapi juga sebagai wahana pembentukan perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, pendekatan edukatif yang inovatif dan kolaboratif menjadi elemen kunci dalam memperkuat kesadaran serta kemampuan remaja dalam menjaga kesehatan sejak usia sekolah (Nugroho *et al.*, 2022).



Gambar 3. Penyampaian Materi Pengertian, Kebijakan, Tugas dan Fungsi Upaya Kesehatan Sekolah

Permasalahan yang terjadi pada remaja saat ini adalah kenakalan remaja yang sudah mulai bergeser kepada hal-hal yang dianggap sudah jauh melampaui batas kewajaran seperti mengkonsumsi minuman keras, pergaulan bebas yang berakibat pada seksualitas, HIV/AIDS, dan

penyalahgunaan narkoba (Harefa, 2022). Di samping permasalahan tersebut, aspek kesehatan dasar juga tak luput dari perhatian. Remaja seringkali masih kurang menyadari pentingnya menjaga kebersihan diri, sehingga menyebabkan rendahnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari (Hermanto *et al.*, 2023)

Penerapan PHBS sejatinya dapat dimulai dari kebiasaan sederhana, seperti mencuci tangan sebelum makan, kebiasaan ini merupakan langkah awal yang penting dalam menjaga Kesehatan (W *et al.*, 2020). Namun rendahnya kesadaran remaja terhadap kebiasaan ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif sejak dini. Memberikan edukasi kesehatan menjadi strategi penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat, sekaligus meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh.

Sebagai bagian dari upaya tersebut, penyuluhan mengenai TRIAD-KRR, kesehatan gigi, mulut, mata, telinga serta praktik mencuci tangan dilaksanakan di SMK Binatama dan menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa, dengan rerata *Pretest* 6,65 dan *Post-test* 7,43 (kenaikan 11,72%). Penyuluhan ini meningkatkan pemahaman siswa terhadap isu-isu kesehatan remaja serta pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan diri. Sebagai Duta UKS, siswa diharapkan tidak hanya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, tetapi juga mampu menyebarluaskan informasi kesehatan kepada teman sebayanya, khususnya di tingkat SLTP.

Hasil ini sejalan dengan Penelitian Rahmad dan Nurwahidah, (2022), yang membuktikan bahwa edukasi PHBS efektif dalam meningkatkan perilaku masyarakat dalam mencegah penyakit menular seperti diare. Pendidikan tentang hidup bersih dan sehat terbukti meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam praktik mencuci tangan serta menyikat gigi yang benar, (Rahmad and Nurwahidah, 2022). Pendidikan hidup sehat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan teknik mencuci tangan dan menyikat gigi yang benar, sehingga mengurangi kejadian penyakit menular termasuk diare, infeksi saluran pernapasan, serta gangguan kesehatan pada gigi dan mulut (Nurhanifah and Sabil, 2025).

Lebih dari itu, edukasi mengenai berbagai permasalahan remaja juga penting dilakukan sebagai langkah preventif. Intervensi pendidikan kesehatan di sekolah dapat menjadi strategi pencegahan yang efektif, dengan menekankan perlunya kolaborasi antara pihak sekolah dan keluarga dalam membina perilaku hidup sehat dan menjauhkan remaja dari zat adiktif (Tukatman *et al.*, 2021). Sebagai contoh, penyuluhan tentang bahaya narkoba yang dilakukan di Karang Taruna Desa Padusan, Mojokerto, menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai risiko dan sanksi hukum narkoba, serta tingginya antusiasme dalam mengikuti kegiatan (Siswandi *et al.*, 2022)

Penelitian ini juga konsisten dengan hasil studi Ambohamsah, Akbar and Herliana, (2021), yang menunjukkan bahwa penyuluhan di Desa Rumpa, Kecamatan Mapilli, mampu meningkatkan pemahaman remaja tentang bahaya penyalahgunaan NAPZA. Melalui metode ceramah dan diskusi, penyuluhan tersebut berhasil meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan setelah intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi langsung mampu membentuk kesadaran remaja terhadap risiko NAPZA serta mendorong perubahan sikap ke arah yang lebih positif sebagai langkah preventif di tingkat desa, dengan memberikan penyuluhan, remaja mampu memahami bahaya penyalahgunaan narkoba, remaja yang awalnya memiliki pemahaman yang rendah diharapkan melalui penyuluhan ini semakin memiliki pemahaman yang meningkat terkait bahaya narkoba, mengarahkan generasi muda kepada hal yang positif dan mengurangi penyebaran narkoba (Ambohamsah, Akbar and Herliana, 2021).



Gambar 4. Penyampaian Materi Kesehatan Gigi, Mulut, Telinga, Mata dan TRIAD KRR

4. KESIMPULAN

Kegiatan pembekalan Duta UKS di SMK Kesehatan Binatama Yogyakarta berhasil meningkatkan pengetahuan siswa dalam penyuluhan kesehatan. Terdapat peningkatan signifikan hasil *Pretest* dan *Post-test* dengan uji Wilcoxon $p < 0,001$. Pembekalan ini efektif membekali siswa menjadi duta kesehatan yang mampu menyebarkan informasi kesehatan di lingkungan sekolah dan masyarakat.

Saran untuk kegiatan ini adalah agar pembekalan dilakukan secara berkelanjutan dengan materi yang relevan dan terkini. Pendampingan pasca-kegiatan oleh guru atau tenaga kesehatan penting untuk mendukung peran siswa secara optimal. Evaluasi rutin diperlukan untuk menilai efektivitas program dan perbaikan ke depan. Kegiatan ini layak direplikasi di sekolah lain sebagai upaya peningkatan kesehatan remaja. Kolaborasi lintas sektor perlu diperkuat untuk menjamin keberlanjutan dan dampak yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambohamsah, I., Akbar, F. and Herliana, H. (2021) 'Penyuluhan Napza pada Remaja Kecamatan Mapilli Kabupaten Polewali Mandar', *Jurnal Abdidas*, 2(6), pp. 1327–1330. Available at: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i6.477>.
- Ernawati, E. et al. (2023) 'Upaya Peningkatan Status Kesehatan Remaja Kesehatan Sekolah Di', ... *Kesehatan*, 6(3), pp. 173–180. Available at: <https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/300/0>.
- Harefa, J.K. (2022) 'The Relationship of Adolescent Knowledge About The Three Basic Threats Of Adolescent Reproductive Health (Triad Krr) With Adolescent Attitudes To Reproductive Health In Smk Negeri 1 Tuhemberua', *Science Midwifery*, 10(4), pp. 2721–9453. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35335/midwifery.v10i4.761>.
- Hermanto, A. et al. (2023) 'Edukasi Pentingnya Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Serta Kebersihan Diri Pada Remaja Di SMPN 1 Wongsorejo', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ceria (JPKMC)*, 1(2), pp. 114–118. Available at: <https://doi.org/10.61674/jpkmc.v1i2.133>.
- Hidayati, N.R. et al. (2025) 'Health education on clean and healthy living behaviors and introduction to drug logos at MI Assalafiyah, Bode Lor Village', 10(2), pp. 261–266. Available at: <https://doi.org/doi.org/10.31603/ce.12299> Abstract.
- Isni, K. (2021) 'Pola Komunikasi dan Keterampilan Sosial Remaja di Era Digital', *Panrita Abdi*, 5(4), pp. 681–689. Available at: <https://doi.org/10.20956/pa.v5i4.11939>.
- Melani, M. et al. (2024) Promosi Kesehatan Remaja dengan Pendekatan KIPK.
- Menkes RI (2015) 'Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.02.02/MENKES/427/2015 tentang Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat', p. 4.
- Muliasari, H. et al. (2021) 'Edukasi dan sosialisasi gerakan masyarakat cerdas menggunakan obat (Gema Cermat) dengan metode CBIA', *INDRA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), pp. 53–57. Available at: <https://doi.org/10.29303/indra.v2i2.131>.
- Novi, A. et al. (2025) 'Pelatihan Komunikasi untuk Menanamkan Rasa Percaya Diri Siswa dan Mahasiswa', 5(1), pp. 65–72. Available at: <https://doi.org/10.54082/jamsi.1540>.
- Nugroho, F.A. et al. (2022) 'Nutrition Education and Strengthening Healthy Living Characters of Junior High School Students at Malang City', *Smart Society*, 2(2), pp. 55–62. Available at: <https://doi.org/10.58524/smartsociety.v2i2.129>.
- Nurhanifah, D. and Sabil, S.E. (2025) 'Penerapan Teknik Cuci Tangan dan Sikat Gigi yang Baik dan Benar untuk Mencegah Penyakit Menular Melalui Edukasi Hidup Sehat infectious diseases through healthy living education', pp. 30–36. Available at: <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v4i1.86>.
- Rafida, R. and Astuti, B. (2024) 'The Effectiveness of Social Skills Training in Improving Students'

- Interpersonal Communication', *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), pp. 33–44. Available at: <https://doi.org/10.15575/psy.v11i1.30357>.
- Rahayu, H.T. and Rohmah, A.I.N. (2023) 'The Assistance of The School Health Unit "UKS" Development to Optimize Health among Elementary Students', *Asian Journal of Community Services (AJCS) [Preprint]*. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.55927/ajcs.v2i2.3161>.
- Rahmad, I. and Nurwahidah, N. (2022) 'The Effect of Counseling on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) on Community Behavior to Prevent Diarrhea', *Prisma Sains: Jurnal Pengkajian Ilmu dan Pembelajaran Matematika dan IPA IKIP Mataram*, 10(2), p. 192. Available at: <https://doi.org/10.33394/j-ps.v10i2.4939>.
- Ramdan, A.Y. et al. (2025) 'Revitalisasi UKS Melalui Edukasi Pelaksanaan Program Layanan Trias UKS pada Siswa di SDN 1 Gelora', *KOMUNITA Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), pp. 28–36. Available at: <https://doi.org/10.60004/komunita.v4i1.124>.
- Rozali, Y.A., Sitasari, N.W. and Lenggogeni, A. (2021) 'Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic', *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2). Available at: <https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3958>.
- Siswandi, L. et al. (2022) 'Bahaya Narkoba terhadap Generasi Muda', 33(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.58192/karunia.v1i4.332>.
- Suryani, S. et al. (2020) 'Gema Cermat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) for Student in the City of Kendari Southeast Sulawesi', *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements*, 2(1), p. 4. Available at: <https://doi.org/10.20473/dc.v2.i1.2020.4-8>.
- Torres, M.L.G.M., Sampaio, A.L.L. and Caracas, H.C.P.M. (2023) 'Changes in the communicative skills of young people as a result of a communication training', *Codas*, 35(5), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1590/2317-1782/20232022041>.
- Tukatman et al. (2021) 'Edukasi Kesehatan Remaja Tentang Napza dan Kesehatan Jiwa di Sekolah Menengah Atas/Sederajat Kabupaten Kolaka', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(6), pp. 1326–1330. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i6.4347>.
- Unja, E.E. et al. (2024) 'Strengthening Health Literacy As The Main Pillar Of Realising Healthy Schools At Nahdlatul Ulama Junior High School In Banjarmasin City', 6(2), pp. 66–74. Available at: <https://doi.org/10.36720/csji.v6i2.697>.
- W, A.S. et al. (2020) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Diri Siswa SDN Sonoadi Karanggeneng Lamongan.', 2, pp. 356–363.
- Wittiarika, I.D. et al. (2025) 'International Collaboration: Strengthening Adolescent Health Programs Through Global Partnerships in Empowering School Health Program Cadres and Peer Tutors', 9(1), pp. 133–139. Available at: <https://doi.org/10.20473/.v9i1.2025.133-139>.
- Yasin, R. Al et al. (2022) 'Pengaruh Sosial Media Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Remaja: a Systematic Review', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), pp. 83–90. Available at: <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i2.4402>.